Wellness Committee Meeting

MINUTES

District Office Board Room
February 2, 2026
3:15 PM - 4:15 PM

1. Welcome/Introductions – *Mr. Ochoa started the meeting by welcoming everyone. He introduced himself and asked everyone to do the same.*

2. Purpose of Wellness Plan – *Mr. Ochoa shared a slide show with the committee and explained in detail the purpose of the committee as well as that of the Wellness Policy. He answered questions from the members and clarified any doubts.*

3. Goals of the Wellness Committee – *Mr. Ochoa explained the goals of the Wellness Committee & Policy. He engaged the committee members and asked for input. He answered the members' questions and/or concerns.*

4. Review Existing Plan
    a. Where do we need to get clearer? – *A hard copy of the existing Wellness Plan was shared with each attending member. Mr. Ochoa walked through the first pages of the plan. He explained the review process. To start he asked the membership as a committee assignment for everyone to read, review, and give their input on Nutrition pages 5-8 of the plan. Mr. Ochoa will have his assistant; Ms. Dominguez share a google link of the Wellness plan with the committee members. They will use the link to give their input on any changes, recommendations, edits, in the sections being reviewed. A two-week homework deadline reminder will be sent out to the membership before the next meeting. The next meeting is scheduled for March 3rd. The reminder for the committee assignment to review and submit recommendations on pages 5-8 will be sent out on February 17th*

5. SMART Goal Creation
    a. How are we monitoring our progress? – *Mr. Ochoa explained the committee responsible for setting SMART Goals. We will review in greater detail at the next meeting.*

6. Closure – *Mr. Ochoa reviewed the committee's homework assignments: Nutrition Pg. 5-8 review. Post comments, edits, suggestions, on google shared file before our next meeting*.

Next Meeting: March 3, 2026

MINUTOS

Reunión del Comité de Bienestar

Sala de la Junta de la Oficina
del Distrito 2 de febrero de
2026
3:15 - 4:15

1. Bienvenida/Presentaciones – *El Sr. Ochoa comenzó la reunión dando la bienvenida a todos. Se presentó y pidió a todos que hicieran lo mismo.*

2. Propósito del Plan de Bienestar – *El Sr. Ochoa compartió una presentación de diapositivas con el comité y explicó en detalle el propósito del comité así como el de la Política de Bienestar. Respondió a las preguntas de los miembros y aclaró cualquier duda.*

3. Objetivos del Comité de Bienestar – *El Sr. Ochoa explicó los objetivos del Comité y la Política de Bienestar. Contactó con los miembros del comité y pidió su opinión. Respondió a las preguntas y/o preocupaciones de los miembros.*

4. Revisar el Plan Existente
    a. ¿Dónde necesitamos aclarar más? – *Se compartió una copia impresa del Plan de Bienestar existente con cada miembro asistente. El Sr. Ochoa repasó las primeras páginas del plan. Me explicó el proceso de revisión. Para empezar, pidió a los miembros que fuera una asignación del comité para que todos leyeran, revisaran y dieran su opinión sobre las páginas 5-8 de Nutrición del plan. El señor Ochoa tendrá a su asistente; La Sra. Domínguez comparte un enlace de Google del plan de bienestar con los miembros del comité. Usarán el enlace para dar su opinión sobre cualquier cambio, recomendación, edición en las secciones que se revisen. Se enviará un recordatorio de fecha límite de deberes a dos semanas a los socios antes de la próxima reunión. La próxima reunión está programada para el 3 de marzo. El recordatorio para la asignación del comité de revisar y presentar recomendaciones en las páginas 5-8 se enviará el 17 de febrero*

5. Creación de objetivos INTELIGENTES
    a. ¿Cómo estamos monitorizando nuestro progreso? – *El Sr. Ochoa explicó el comité responsable de establecer los Objetivos INTELIGENTES. Revisaremos con más detalle en la próxima reunión.*

6. Cierre – *El Sr. Ochoa revisó las tareas del comité: Revisión de Nutrición pp. 5-8. Publica comentarios, ediciones, sugerencias en un archivo compartido de Google antes de nuestra próxima reunión*.

Próxima reunión: 3 de marzo de 2026